

○牛の角突きお盆場所（8月14日）

東山小学校の児童たちが、牛太郎を連れて闘牛場へ向かいます。（記事は13ページ）



●今月の主な内容

『夢と希望ある未来』このまち「おぢや」で働きたい……………	2～3
非核平和推進研修体験記……………	4～5
令和最初のおぢやまつり……………	6～8
熱気球「新おぢや号」デザイン決定！……………	9

『夢と希望ある未来』 このまち「おぢや」で働きたい

人口減少に歯止めをかけるには、地域の雇用創出が重要な課題です。そこで、小千谷市の若者に対する就労支援と、市内企業の取組を紹介いたします。

■問い合わせ／商工振興課地域産業係 ☎83・3556



テクノ小千谷名匠塾で作業をする
小千谷西高等学校の生徒

おぢや・夢・ミライ応援団

若者へのU・Iターン就労支援について、従来の「小千谷市キャリア教育推進協議会」をリニューアルし、若者の就労に関する【夢と希望ある未来】の創出を応援するため「おぢや・夢・ミライ応援団」を設立しました。
市外へ進学した大学生や市内の高校生などに対して、各世代に応じた情報提供や支援を行い、若者の地元就労を応援します。

活動内容

- ▽インターンシップなどの仲介支援
- ▽キャリア実習などの交通費支援
- ▽大学生企業見学交流ツアー支援
- ▽モノづくり部活動支援
- ▽研修施設の活用支援（テクノ小千谷名匠塾）
- ▽各種就労ガイダンス開催・就労情報発信
- ▽学生リストデータベース構築
- ▽企業ガイドブック製作
- ▽社会人U・Iターン支援
- ▽小千谷・川口・魚沼雇用安定協議会との連携



この制度を利用した小千谷西高等学校の取組を次のページで紹介します。

会長のコメント



会長（小千谷商工会議
所副会頭）
高野史郎さん

商工会議所が市内企業に行ったアンケート結果によると、どの企業も人手不足が大きな課題となっています。

この応援団の活動により、若者のキャリア教育と就労支援を充実させることで、小千谷の就業人口を増やし、ふるさと「おぢや」に定着してもらえよう、産学官が連携して、この応援団が5年、10年と継続して若者を支援していけるよう力を入れていきます。



小千谷西高等学校メカトロニクス部

おぢや・夢・ミライ応援団の「モノづくり部活動支援」を利用して、小千谷西高等学校メカトロニクス部が、「本田宗一郎杯HONDAエコマイレッジチャレンジ」に出場しています。この大会は、各チームがマシンを製作し、1ℓのガソリンで何km走行できるか、燃費の高さを競うレースです。今年の全国大会は9月28日・29日に栃木県の「ツインリンクもてぎ」で開催されます。夏休み返上でマシンの製作に励んでいた学生のみなさんにお話を聞きました。



大会に向けた意気込みを教えてください！

小千谷西高等学校1年

滝澤 航さん



西高は、県内出場高校の中で最もトップクラスでプレッシャーを感じますが、マシンを良く仕上げていってほしいです。大会に向けて精一杯がんばります。

小千谷西高等学校1年

内山 知輝さん



初めての大会参加ですが、チームに貢献できるよう精一杯がんばります。チームのサポートもしっかりとし、大会を楽しんでいます。



△床に図面を書き、みんなでマシンの設計を考えます。

サポイン事業に市内企業3社が採択

サポイン事業とは、中小企業などが産学官連携で行う研究開発・新技術開発・販路開拓などの取組に対して、中小企業庁が支援する事業で、正式名称は「戦略的基盤技術高度化支援事業」といいます。

令和元年度の本事業に対して全国から304件の申請があり、厳正な審査の結果、137件が採択されました。小千谷市内からは㈱第一測範製作所、エヌ・エス・エス(株)、㈱山口製作所の3社が採択されました。

企業名・研究概要

㈱第一測範製作所

自動車や航空機の部品を加工する刃物や工具の摩耗状況を監視し、傾向を分析するAI分析システムを開発する。

コメント

ものづくりに期待された開発となりました。研ぎ澄まし究めていきます。

(代表取締役社長 木村敬知さん)

エヌ・エス・エス(株)

工作機械の心臓部である「スピンドル」の研削装置の研究開発により、高精度で最適な加工技術を実現する。

今回、国の補助採択を受けた技術研究は、より精密な製品を安定的に供給できる技術開発です。熟練工だけでなく、経験の浅い技術者でも高精密な製品製造が可能となります。今後の技術進展に大きく貢献できることから、精一杯取り組みたいです。

(専務取締役 中町圭介さん)

㈱山口製作所

アモルファスという金属箔を使用したモーターの部品を製作し、省エネ化・効率化を図る。



この研究はエネルギー関係者から、かなり期待されています。成功すれば、会社のためだけでなく、世の中のためにもなりますので、3年間の補助期間内を目標に研究に励んでいます。

(代表取締役 山口貴史さん)

小千谷市には、日本だけでなく世界に誇れる技術を持つ企業が多くあります。将来、小千谷の子どもたちが、「夢と希望ある未来」を目指し、小千谷で就職したくなるよう、市も支援を続けていきます。

8月4日～6日

非核平和推進研修体験記

平成4年に非核平和都市宣言を行った小千谷市を代表し、12人の中学生が広島平和記念式典に参加しました。戦後74年を迎えた「広島」を見てきた中学生たちの体験記を紹介します。

■問い合わせ／企画政策課企画経営係 ☎83-3507



自分たちができること

小千谷中学校3年 風間隆太郎

私は今回、広島研修に行きました。そこで強く思ったことがあります。それは「伝える」ということの大切さです。

広島に落とされた原子爆弾「リトル・ボーイ」。それは、一瞬にして多くの尊い命を奪ってしまう恐ろしい兵器です。この出来事は今まで語り伝えられてきました。しかし、これから時代が過ぎるにつれて原爆の悲惨さが薄れてしまうかもしれません。また現在、世界は火花が散っていて、いつ爆発してもおかしくありません。

しかし、私は原爆について「伝える」ということができます。今からでも間に合う「伝える」ということ。尊い命を犠牲にするような結果にならないように互いを思い納得しあうこと。それが今の時代、世界中の人々に必要ではないでしょうか。今、一人ひとりが考える必要があると思います。



平和への想い

小千谷中学校3年 長谷川莉真

戦争と原爆の被害などについては授業で学習したため、少しは理解しているつもりでした。そして「原爆は過去のこと、日本の悲しい歴史」と思っていました。でもそれは違いました。広島に行くと、被爆者は今でも苦しんでいること、核兵器はまだ世界中にあることを知りました。「原爆は過去のこと」と思っていたはいけなかったのです。

ですが今、戦争の記憶は薄れつつあります。そして、もしかしたら戦争が起こり、たくさん人の命が奪われる、そんな悲しいことが起こるかもしれないのです。だから被爆者は語るのだと思います。「核兵器は悪魔の兵器。もう二度と戦争を起こしてはいけない」と。戦争を、原爆を体験したからこそ、一つひとつの言葉に強い思いが感じられました。

今の私たちにできることは、被爆者の思いを伝えること、これからの未来で戦争を起こさせない、原爆をつくらないようにすることです。そして私は願いたいと思います。世界中が平和になるように。

平和な未来へ

小千谷中学校3年 山本梨聖



私は、8月4日～6日の3日間、人類で初めて原爆が投下された広島への研修に参加しました。実際に資料館を見たり被爆者の方の話を聞いたりして、当時の日本からこの先の未来について深く考えることができました。

資料館ではボロボロになった服、焦げた弁当箱、また私たちと同じ年齢の方々がたくさん亡くなっていることにとても心が痛くなりました。被爆者の清水さんのお話からは、橋に多くの死体があったり放射線の影響で病気になる差別されたり、いつ病気になるかという恐怖と隣り合わせに生活しなくてはならなかったという現実を知りました。

こんな過去を過去のままで絶対に終わらせてはならないと思いました。被爆者の方のつらい体験を語り継いでいくことが今を生きる私たちにとっての使命なのです。そして核なき世界となるよう自分から発信していきたいです。貴重な体験をさせていただき本当に感謝しています。

3日間の研修で学んだこと

小千谷中学校3年 和田力

僕は、今回の3日間の研修でたくさんのことを学べました。

広島に落ちた原爆について、「広島に原爆が落ちた理由」「戦争の悲惨さ」「亡くなった人々の思い」などを知ることができました。特に、被爆者や被爆体験伝承者の方々の話を聞いたり、資料館などを見たりして、当時の人々の思いをしっかりと受け止めることができました。

原爆は本当に恐ろしく、戦争を二度と起こしてはいけません。そのために、3日間で学んだことや知ったことを「伝承者」という立場で小千谷の人々に「原爆の恐ろしさ」「戦争の悲惨さ」を伝えていくことが大切だと思います。



非核平和推進研修に参加して

東小千谷中学校2年 岸本悠久



私は今回の研修で原子爆弾を含む核兵器の恐ろしさを痛感しました。資料館見学や被爆体験講話を通して、たった一つの原子爆弾で多くの人の命が奪われたことが深く心に残りました。奇跡的に難を逃れた人々も、放射線による後遺症に悩まされたり、疎開した先で差別を受けたりするなど、体だけでなく心も傷つけられたことを知り、心が痛みました。

また、原爆投下の事実を語り継いで行くことがいかに大切かと言うことも学びました。お話の中で、被爆者の方の高齢化が進み、語り継ぐことが難しくなっていると聞きました。被爆者の方も伝承が止まってしまうかもと不安な思いをされていました。私たちが学んできたことを少しでも多くの人たちに伝え、事実を風化させないようにしたいです。

今回の研修では、平和について考え直すことができました。今ある平和を当たり前だと思わず、平和の大切さを実感しながら一日一日を過ごしていきたいです。

昔の出来事として捉えない

東小千谷中学校3年 杵淵心花

資料館や祈念館の見学では、戦争の悲惨さや核兵器の恐ろしさを学びました。ですが、私はどこかで「昔の話」と勝手に思っていました。74年という数字は、とても大きいものに思えました。

講師の方の話を聞いたり、式典に出席したりすることで、戦争があったのは昔ではなく、つい最近の出来事ではないかと思うようになりました。今でも続く問題であると考えます。世界には、まだまだたくさんさんの核があり、たくさんさんの国々で戦争が起きているという現実があるからです。

今回の研修で、戦争はすごく身近にあることなんだと強く感じました。だから、私はこの体験を身近な人から少しでも多くの人に伝え広げ、感じたことを話し、戦争について考えて、平和な世の中に少しでも近づけていければと思います。



ほかの6人の体験記は、広報おちや9月25日号に掲載します。



令和最初のおぢやまつり

8月23日(金)～25日(日)に開催されたおぢやまつり。
今年も市内各地でさまざまなイベントが行われ、約
18万8,500人の来場者でにぎわいました。

熱気と感動に包まれた市民総参加のおまつりを写
真で振り返ります。写真は市ホームページでも公開
しています。



市民総参加盆踊り



万灯出発式



おぢや☆うぎ☆うぎ☆しゃっこいまつり



子供みこしパレード



阿波おどり

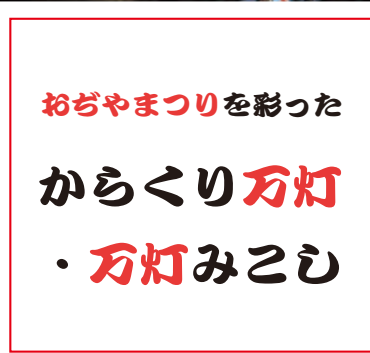


小千谷太鼓



よさこいおぢやれ

おぢやまつりを彩った、からくり万灯・万灯みこしを、次のページで紹介！



熱気球「新おぢや号」デザイン決定！

応募作品 205作品

一次審査（選考委員による選定）
5作品

二次審査（市内小・中学生による投票）
採用作品決定！

二次審査の投票の結果、増田理美さん（新潟市）のデザインに決定しました。（得票数48・7%）

デザインの応募や投票にご協力いただいたみなさん、ありがとうございました。
※デザインは制作者の許可を得たうえで、熱気球に適したデザインに修正しています。

■問い合わせ／観光交流課観光係 ☎83・3512
FAX 83・0871



採用作品

○採用作品の説明（制作者コメント）

優雅に泳ぐ錦鯉と小千谷の移り変わる四季を、カラフルな色を使ってデザインしました。錦鯉を大きく描くことで「錦鯉発祥の地」をPRし、見る人にインパクトを残します。

○制作者の喜びの声

数多くの中から私の案を採用していただき、光栄です。これから地域に長く愛される気球になればと思います。

○一次審査選考委員長講評（山本敦さん）
（長岡造形大学視覚デザイン学科教授）

新しい熱気球のデザインに200点を超える応募があり、一次審査も熱の入った場となりました。選ばれた5作品は、いずれも小千谷市を象徴する錦鯉をモチーフとしたデザインで、どの作品も優れたものでしたが、最終的に小・中学生の投票で選ばれた作品は、青い水の中を錦鯉が泳いでいる作品でした。冬の青空の中に溶け込んで悠々と泳ぐ錦鯉を連想すると、来年の風船一揆がたいへん待ち遠しく感じられます。

○「新おぢや号」完成までの流れ

令和2年2月22日（土）・23日（日）に開催予定の「おぢや風船一揆」でのお披露目を目指し、製作に入ります。製作にあたり、10月1日（火）からふるさと納税制度を活用したクラウドファンディングにより寄附金を募ります。

国民文化祭小千谷市独自事業第2弾！

錦鯉発祥の地 小千谷東山の文化と歴史～特別開催 牛の角突き～

日時	内容	会場
10月5日（土）	午後2時～ 第1部：講演「牛の角突きの伝統と継承」 ○講師：渡邊敬逸さん（愛媛大学准教授）	サンプラザ3階大ホール
	午後3時～ 第2部：パネルディスカッション「地域資源を楽しむ、活かす、そして伝える」 ○モデレーター：菅豊さん（東京大学大学院教授） ○パネリスト ▷渡邊敬逸さん（愛媛大学准教授、元東山地区地域復興支援員） ▷片岡哲太郎さん（伝説牛「新潟トガイ」育成者） ▷鈴木美奈子さん（村上市在住角突き愛好家） ▷間野泉一さん（元全日本錦鯉振興会理事長） ▷木島良さん（牛の角突き実況解説者）	
	午後4時30分～ 第3部：「地域資源を味わう」（東山五人杵搗き餅の見学試食会：先着250食） ※第1部・第2部からの参加者を優先とします。	
10月6日（日）	正午～（入場券販売：午前10時～） 「牛の角突き」特別開催 ▷入場料：屋根付き観覧席2,000円、一般席1,000円 ▷アトラクション：東山小学校児童による「闘牛の歌」 ※送迎バス（無料）を運行します。発車時刻・場所はお問い合わせください。	小千谷闘牛場
	午前9時～午後6時 県指定文化財「木喰上人作三十三観音像他二像」公開※拝観無料・ガイド付き 「錦鯉の里」国民文化祭特別公開※入館無料	木喰観音堂 錦鯉の里
	午前10時～ 東山食文化体験（金倉そば試食：先着250食）	小千谷闘牛場 駐車場広場

■問い合わせ／▷国民文化祭小千谷市実行委員会事務局（市民会館内）
☎82-9111▷小千谷闘牛振興協議会（観光交流課内）☎83-3512



東京2020オリンピック・パラリンピック

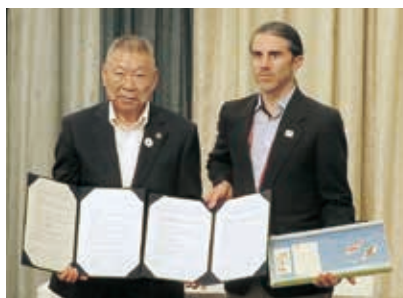
ホストタウンに登録

8月30日、米領バージン諸島を相手としたホストタウンに登録・公表されました。

○ホストタウンとは

東京2020大会に参加する国・地域を知り、日本の文化を伝えることなどを目的に、参加選手や役員と交流を行うものです。日本のオリンピック・パラリンピアンとの交流も行います。

○調印式

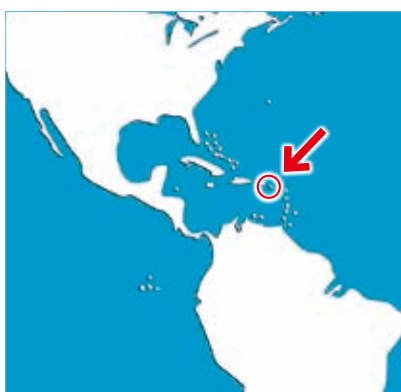


△左から：大塚市長、アンセン・スリガーNOC（国内オリンピック委員会）副会長

8月22日に東京で行われた合同調印式では、小千谷市を含む国内7つの地方公共団体と中米の国・地域が、ホストタウン交流事業実施に関する合意書に調印しました。

○米領バージン諸島について

▽位置：中南米カリブ海と大西洋との間



▽面積：約347km²

▽主要な島：セント・トーマス島、セント・ジョン島、セント・クリスチン

セント・クリスチン

▽人口：約10万人

▽前回（リオデジャネイロ）大会実績

▽出場選手：7人

▽出場種目：陸上競技、ボクシング、セーリング、競泳

ボールゲームフェスタ in 小千谷

一般社団法人日本トップリーグ連携機構所属のトップアスリートから、ボールを使う運動の楽しさや技術を教わります。

■開催日/11月9日(土)

■会場/総合体育館メインアリーナ

■講師/鈴木啓太さん（元サッカー日本代表、元浦和レッズキャプテン）ほか

■参加無料

■申込方法/要項に添付の申込書に必要事項を記入し、総合体育館へお持ちください。要項は保育園、認定こども園、小学校で配布します。

■申込締切/10月25日(金)

■その他/参加者へオリジナルTシャツのプレゼントがあります。

■申込・問い合わせ/生涯学習課スポーツ振興室（総合体育館内） ☎83・0077

○ボールであそぼう

■時間/午前9時～11時30分（受付…8時30分）

■対象/園児（年長）、小学1・2年生と保護者、引率者

■内容/さまざまなボールを使った「あそび」の中で、手足を使い基礎的な運動能力アップを図ります。子どもと一緒に楽しみながら活動できます。

■定員/50組100人

※定員になり次第締め切ります。



○キッズチャレンジ

■時間/午後1時～4時30分（受付…午後0時30分）

■対象/小学3年生～6年生

■内容/バレーボール、バスケットボール、フットサル、ソフトボールの4種目を体験できます。トップアスリートと一緒にプレーができ、テクニクを学べます。

■定員/100人※定員になり次第締め切ります。



当日はみんなと一緒にプレーするよ！



◀鈴木啓太さん

中越大震災15年記念事業 ～Remember10.23～

当市に未曾有の被害をもたらした中越大震災から15年を迎えるにあたり、震災の経験と教訓を次世代に継承するためのスライドショーの上映と記念講演会を開催します。どなたでも聴講いただけます。

■日時／10月23日(水)午後2時～3時30分（開場：午後1時30分）

■会場／市民会館大ホール

■講演会演題／中学生のためのスマート防災～命を守るために～

■講師／山村武彦さん（防災システム研究所所長）

■定員／100人

■入場無料※ただし、聴講券が必要です。

■聴講券の入手方法／総務課、市民会館、総合体育館、ホットプラザ（勤労青少年ホーム）、片貝総合センターで直接お受け取りください。

■聴講券の配布開始／9月10日(火)

■問い合わせ／総務課庶務管財係 ☎83-3506

○講師：山村武彦さん



新潟地震でのボランティア活動を契機に、防災・危機管理のシンクタンク「防災システム研究所」を設立。以来50年以上にわたり、世界中で発生する災害の現地調査を実施。テレビ解説や日本各地での講演、執筆などを通じ、防災意識の啓発に取り組む。また、多くの企業や自治体の防災アドバイザーを歴任し、防災マニュアルの策定など、災害に強い企業、社会、街づくりに携わる。

若返り健康教室（後期） 参加者募集！

誰でもできる簡単な体操・ストレッチを行います。自分のペースに合わせて楽しく健康づくりをしましょう。

■対象／市内在住のおおむね60歳以上の方

■内容／肩こり・腰痛・転倒防止の体操など

■講師／市スポーツ推進委員ほか

■参加料／3,000円（1会場分）

■その他／▷途中参加もできます。▷両方の会場に参加することもできます。

■申込／両会場とも10月2日(水)までに参加料を添えて、総合体育館またはホットプラザ（勤労青少年ホーム）へお申し込みください。

■問い合わせ／生涯学習課スポーツ振興室（総合体育館内）

☎83-0077



○東小千谷会場

■日時／10月9日～3月11日（10月30日、1月1日を除く毎週水曜日、全21回）午前10時～11時30分

■会場／東小千谷体育センター、ホットプラザ軽運動場



○西小千谷会場

■日時／10月10日～3月12日（11月7日、1月2日を除く毎週木曜日、全21回）午前10時～11時30分

■会場／総合体育館サブアリーナ



○講師：家田莊子さん

日本大学芸術学部放送学科卒業。高野山大学大学院修士課程修了。女優、OLなど10以上の職歴を経て作家に。1991年「私を抱いてそしてキスして－エイズ患者と過ごした一年の壮絶記録」で大宅壮一ノンフィクション賞受賞。2007年高野山大学にて伝法灌頂を受け、僧侶に。住職の資格を持つ。高野山の奥の院、または総本山金剛峰寺にて駐在（不定期）し、法話を行っている。著作は「極道の妻たち」⑥、「歌舞伎町シノギの人々」、「四国八十八カ所つなぎ遍路」「少女犯罪」など136作品。

2019男女共同参画講演会

■日時／10月26日(土)午後1時30分～3時（開場：午後1時）

■会場／サンプラザ3階大ホール

■演題／「自分らしく生きるために」～家田からのエール～

■講師／家田莊子さん（作家・僧侶）

■入場無料※ただし、聴講券が必要です。

■聴講券の入手方法

▽直接受け取る場合…市民生活課、市民会館、総合体育館、ホットプラザ（勤労青少年ホーム）でお受け取りください。

▽はがきで申し込む場合…往復はがきに「男女共同参画講演会聴講券希望」と書いて次の送付先へ郵送してください。

返信面には、申込者の郵便番号、住所、氏名を必ず記入してください。※はがき1枚につき聴講券1枚です。

▼送付先…〒947-8501 市民生活課生活安全係（住所は記載不要です）

■その他／▽手話通訳、要約筆記を行います。▽保育ルームを開設します。利用を希望される方は、10月16日(水)までにお申し込みください。（料金…子ども一人につき300円）

■問い合わせ／市民生活課生活安全係 ☎83・3516

8月18日 小千谷陸上競技大会（おぢや^{トラック}フィールド
&Fieldチャレンジ2019）

日頃の練習の成果を発揮

白山運動公園陸上競技場で行われ、279人の選手が参加しました。非常に暑い中での開催となりましたが、参加した選手は全力で走り、跳び、投げていました。大会成績はアスリートランキング^{URL}<https://www.athleteranking.com/>でも確認できます。



8月29日・30日 子ども服のリサイクルデー

お気に入りの服をゲット！

わんパークで、サイズが合わなくなった子ども服や紙おむつなどのリサイクルが行われました。8月19日～23日にリサイクル品の無料回収を行ったところ、約960点の衣類やおもちゃなどを提供いただきました。集まった衣類などは、29日・30日にわんパークを訪れた親子連れなどに提供され、当日は、開始前から親子連れが集まる盛況ぶりでした。



令和2年度採用 小千谷市職員採用試験

■募集する職種・資格など

試験・職種	学歴・資格	年齢	採用人員
ガス水道局 工務員	▷高校卒業以上 ▷普通自動車運 転免許	昭和54年4月 2日以後に生 まれた方	各1人
衛生施設工 務員			

※学歴・資格は、令和2年3月31日までに取得見込みの方を含みます。

■試験日／11月10日(日)

■会場／小千谷市役所

■申込期間／9月17日(火)～10月17日(休)午後5時必着
(郵送も同様です)

■資料請求

▷市役所総務課窓口で直接請求

▷市ホームページ「市政情報」→「採用情報」からダウンロード

▷郵送請求：希望試験・職種を書いて、返信用封筒（角2などのA4が入る大きさの封筒に宛て先を明記し、120円切手を貼ったもの）を同封し、外封筒には「試験要項請求」と朱書きして請求

▶請求先：☎947-8501小千谷市役所
総務課職員係（住所は記載不要です）

■申込・問い合わせ／総務課職員係☎83-3005
FAX83-2789^{MAIL}soumu-si@city.ojiya.niigata.jp



小千谷市の新たな SNSアカウントを紹介！

小千谷市のSNS（ソーシャルネットワークワーキングサービス）に、新しく2つのアカウントが加わりました。

下のQRコードから、各アカウントのページをチェック！みなさんのフォローをお待ちしています。



わんパーク：LINE

わんパークで行われるイベントや子育てに関する情報を発信します。

▷アカウント名：子育て支援センターわんパーク

■問い合わせ／社会福祉課
子育て支援係☎83-3517



図書館：Twitter

図書館で行われるイベントやホームページの更新情報を発信します。

▷アカウント名：ojiya_library

■問い合わせ／図書館☎82-2724





8月4日 認知症予防と介護の市民講座

支え合いでやさしいまちづくりを

市民会館で、7年前からご家族の介護をされている渡辺春治さんによる体験談の発表と、認知症介護研究・研修東京センターの永田久美子さんによる「認知症になってからも、自分らしく暮らし続けるために」と題した講演が行われ、186人が来場しました。永田さんは、「地域の大事な一員として活躍できるようなまちづくりが必要」と話されました。



8月4日 魚沼神社の文化財公開

貴重な資料をじっくり鑑賞

魚沼神社本殿で県指定文化財の「鰐口」や市指定文化財の「年中行事記」などが一般公開され、訪れた方は、めったに見ることのできない宝物を興味深そうに鑑賞していました。訪れた女性は、「なかなか見る機会がないので、貴重なものを見させてもらいました」と話していました。



8月8日 土地売買仮契約締結式

地域産業の活性化へ

市が造成した鴻巣産業団地の2区画について、(株)はやしやの立地が決定し、土地売買の仮契約を締結しました。



△左から：飯村和生代表取締役社長（(株)はやしや）、大塚市長

8月14日 牛の角突きお盆場所

暑い夏の熱い闘い

連日の猛暑の影響で当初出場を予定していた牛が欠場となるハプニングもありましたが、暑い日差しに負けない闘いが繰り広げられ、観客から大きな声援と拍手が送られていました。市内から観戦に訪れた女性は「迫力のある取組が多くておもしろかったです」と話してくれました。

興奮した牛の角をつかむ
勇敢な勢子たち



8月15日・16日 魚沼神社太々神楽の上演

受け継がれる伝統の舞

魚沼神社神楽殿で市指定民俗文化財の伝統芸能が披露されました。この太々神楽は江戸時代に始まり、一時途絶えた時期もありましたが、現在では地元の小学生など若い世代が担っています。笛や太鼓に合わせて舞が披露されると、おおぜいの観客から大きな拍手が送られました。



8月16日 親子キャンドルづくり

みんなでつくる復興の灯り

中越大震災から15年の節目を迎える10月23日に開催の「中越大震災の日」追悼のつどいで使用するキャンドルづくりが行われました。会場となったホットプラザには親子連れなど約60人が集まり、牛乳パックや紙コップを使ってキャンドルを作りました。お孫さんと参加した女性は「自分の作ったキャンドルがどんな模様になっているか、10月23日が楽しみです」と話してくれました。



9月は自殺予防対策推進月間

自殺は全国的に減少傾向にありますが、依然として、1日平均55人（30分に1人以上）の方が自殺で亡くなっています。

自殺の原因はさまざまですが、その背後には「うつ」が潜んでいることが多いと言われています。

今回は自殺との関連も深い「うつ病」についてご紹介します。

○うつ病の原因は？



心配事や過労、ストレスが続くと、誰でも憂うつな気分になります。多くの場合、心配事やストレスがなくなると元に戻ることも多いですが、憂うつな気分が長く続き生活に支障をきたすような場合は、うつ病が考えられます。

○うつ病は心のエネルギーが低下している状態

うつ病は脳の神経伝達物質のトラブルによって、心のエネルギーが低下している状態です。主に「やる気が起きずに気分が落ち込む」など、意欲や判断能力低下の症状がみられます。

また、睡眠障がいや頭痛、肩こりなどの体の症状も現れます。



○早めの受診が大切

体の症状があっても検査では異常が見つからず、不調が長引く場合は要注意。うつ病を疑ったら、早めに精神科医療機関を受診しましょう。また、かかりつけ医に相談することもおすすめです。

次の自己チェックで、2つ以上にあてはまり、2週間以上ほとんど毎日その状態が続く場合は、うつ病を疑ってください。



こんな時には要注意！ うつ病の自己チェック

- 毎日の生活に充実感がない
- これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった
- 以前は楽にできたことが、今はおっくうに感じられる
- 自分が役に立つ人間だと思えない
- わけもなく疲れ たように感じる



○うつ病は適切な治療で治る病気

低下した心のエネルギーを回復させるための主な治療は、休養と薬です。良くなったと思えば自己判断で薬を中断すると、再発につながって以前よりも症状が重くなってしまう場合があります。主治医の指示に従って飲むことが大切です。



○あせらずゆっくり休養することが大切です

「わかっていてもやる気が起きず、体が動かない」のがうつ病の状態です。うつ病になると、思うようにできない自分を責めてしまい、物事を悪い方に考えがちになります。「がんばって」「元氣を出して」「少し動いてみたら」などと、努力や無理を促すような言葉かけは避けましょう。

うつ病は自殺に至る危険性もあります。もし「死にたい」と言われた時は本人の話をゆつくりと聞き、相談先につなげてください。死にたいほどつらい状況をわかってくれる人がいると、本人に安心感を与え自殺を防ぎます。



新潟県自殺対策キャッチフレーズ

「たった一人のあなたです
たった一つの命です」



新潟県こころの相談ダイヤル（無料）

ナビダイヤル な や み なしにいがた

0570-783-025 （24時間受付）

ひとりで悩まないで。ぼくに電話ください。

○1人で悩まず相談を！
活用してください
新潟県こころの相談ダイヤル

悩みを抱え込んで自殺につながる人を減らしていくために、悩みを24時間いつでも相談できる相談窓口を設置しています。

食べて動いてよく寝よう「フレイル・ロコモ予防事業」 おぢや健康こいこいポイント

○健康こいこい教室ってどんな感じ？

第1期火曜日コース参加者・指導者の声

▽和田礼子さん（城内1）…以前から、筋力をつけることや歩くことは、した方がいいんだろうなあと思っていました。教室に参加して、自分の体力を再認識しました。1人だと運動は長続きしませんが、みんなと楽しく、無理なく続けたいです。

▽関幸子さん（船岡2）…運動不足を感じていたので、この機会にと思い教室に参加しました。昔は動いていたのに…というのが率直な思いです。徐々に体力を戻していきたいです。

▽水内佑弥さん（こいこいスポーツクラブおぢや）…みなさんが楽しんで運動できるように、その日の体調に合わせた指導を心がけています。この教室をきっかけに、多くの方に運動を継続してほしいです。

○こんなこともやっていきます！
「ライフコード分析結果指導」

万歩計のように身に付け、ふだんの運動量、総消費量、活動時間、距離などを確認します。分析結果を確認し、生活の中で活動量アップを意識することが大切です。



教室に参加して、健康とポイントをゲット。ちぢみの里利用券ももらっちゃおう！



○第2期火曜日コース参加者募集

■日時／10月1日～12月17日（全12回）午後7時30分～8時30分

■会場／総合体育館1階こいこいスタジオ

■対象／市内在住または在勤の18歳以上の方（高校生は除く）

■内容／体力・ヘルスチェック（開始時と終了時）、ストレッチ、姿勢改善運動、レクリエーション運動など

■定員／20人（初めて参加の方優先）

■参加料／▽初めて参加の方…無料

▽参加歴のある方…3000円

■申込方法／参加申込書を申込先へ持参するか、参加申込書の内容を電話、ファクスでお知らせください。

■申込締切／9月27日（金）

■申込・問い合わせ／NPO法人こいこいスポーツクラブおぢや（総合体育館内） ☎83・0085（FAX兼用、平日午前9時～午後6時）

小千谷総合病院の訪問看護を知ろう！

フレイル予防のための運動器科学講座 多職種連携チーム
小千谷訪問看護ステーションひまわり

佐藤まゆみさん



○在宅療養を支える訪問看護

訪問看護とは、病気や障がいがあっても住み慣れた自宅で暮らしたい方へ、看護師が自宅を訪問して看護を提供するサービスです。訪問看護を利用する場合は、かかりつけ医の指示に基づいて提供されます。

○どんなサービスが提供されるの？

訪問時に血圧や体温、脈拍測定や病状の確認をします。このほか、体の清拭や洗髪、入浴介助といった清潔のケア、食事や排せつのケアなども行います。



○どのくらいの時間、回数来てもらえるの？

医療保険の場合は、年齢を問わず、かかりつけ医が必要と判断すれば利用できます。

介護保険の場合は、ケアプランに沿って1回20分、30分、1時間、1時間30分の4区分があります。

医療保険の場合は、通常週3回まで、1回30分から1時間30分程度です。

ご本人やご家族の希望を聞きながら決めます。病気や状態によっては、毎日伺うこともできます。



秋の全国交通安全運動

■期間／9月21日(土)～30日(月)
■スローガン／『夕暮れは ライト早め
で 防ぐ事故』

■運動の重点

▽子供と高齢者の安全な通行の確保／横断歩道での歩行者優先(新潟県重点)／
▽高齢運転者の交通事故防止
▽夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止

▽全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底

▽飲酒運転の根絶

■問い合わせ／市民生活課生活安全係 ☎83・3516

行け
歩つ！
もをう
者気よ
転もし
運者ま



善意に感謝

○市内各地へ(敬称略)

▽東北電力㈱…LED防犯灯17灯

■問い合わせ／市民生活課生活

安全係 ☎83・3516

家庭で不用となった
リサイクル品を回収します！

■日時／10月6日(日)午前8時30分～正午

■会場／市役所駐車場

■回収するもの／そのままの状態で使用できるもので、次に該当するもの。※再利用を前提としているため、汚れや破損のあるものは回収しません。

○古着、タオル、毛布(洗濯済みのもの)

▽ハンガーは外し、ひもで縛るか、中身が見える透明または半透明の袋に入れてお持ちください。

▽下着、浴衣は対象外です。

○靴・かばん

▽中身が見える透明または半透明の袋に入れてお持ちください。
▽長靴、スパイクシューズ、キャスター付きバッグは対象外です。

○陶磁器製、ガラス製、金属製の食器類

▽紙などに包まず箱に入れ、隙間には紙などを詰め、割れないようにしてお持ちください。化粧箱に入ったものは、そのまま構いません。

▽ペットのえさ皿に使用したものや自作のものは対象外です。

■回収無料

■その他／6月9日に行ったリサイクル回収では、古着・かばんなどが5675kg、食器類が1735kg集まりました。回収した古着などは、主にアジア諸国などの海外へ輸出されます。

■問い合わせ／市民生活課環境衛生係 ☎83・3509



若柝地区に

地域おこし協力隊が着任！

8月から若柝地区に新たに地域おこし協力隊が着任しました。「Mt.フアームわかとち」を活動拠点に、農産物や地域の魅力をたくさん発信していきます！

■問い合わせ／観光交流課地域振興係(市役所分庁舎内) ☎83・3512

よろしく
おねがいます！



はじめまして！地域おこし協力隊の松澤和輝(まつざわ かずき)です。出身は、静岡県静岡市です。大学では地域活性化の取組について学んできました。
今年2月に開催された雪体験ツアーに参加し、若柝の自然の豊かさ、住民の優しさに惹かれ移住を決めました。
受け入れ団体の「Mt.フアームわかとち」を活動拠点に、若柝の魅力、米を中心とした地元農産物の情報発信を行っていきます。今後は、空き家を活用したゲストハウスを作っていきたいと考えています。

これまで学んできたことや経験を活かし、地域の一人として発展に貢献できるように活動していきますので、よろしくお願います。

今月のキッズフォト



△おぢやまつりにて
廣井 紗帆ちゃん（2歳1か月）
パパ・ママより♪
高い高いが大好きな紗帆。帆が風を切
って進んでいくように、自分の足で歩
んでいける強い子に育ってね！

 今月の「#おぢフォト」

7月25日～8月24日に「#おぢフォト」を付けてInstagramに投稿された画像の中から1枚を紹介し
ます。
▷投稿者：mnk611.99 kaさん
▷撮影場所：山本山
▷満開！山本山のひまわり畑



 小千谷市広報のInstagramをチェック！

まちのうごき（8月30日現在）

人口と世帯（ ）内は前月比		
男	17,578人	（－19人）
女	17,769人	（－35人）
合計	35,347人	（－54人）
世帯数	12,721世帯	（－14世帯）

異動	
出生	23人
死亡	43人
転入	42人
転出	76人




 感想をお聞かせください！

広報おぢやの感想を募集します。応募者の中から抽選で3
人に「ちぢみの里利用券」をプレゼント！
■応募方法／郵便番号、住所、氏名と①良かった記事②広報
誌へのご意見・ご感想を、次の方法でお送りください。
▷はがき：〒947-8501企画政策課秘書広報係（住所は記載
不要）
▷ファクス：FAX83-2789
▷メール：plan-kh@city.ojiya.niigata.jp
▷市ホームページ専用フォーム（広報おぢや
保管庫）
■応募締切／9月30日（月）（はがきの場合は、
当日消印有効）
■当選発表／発送をもってかえさせていただきます。



10月 乳幼児の健康診査日程

■問い合わせ
健康センター保健係
☎83-3640

▷会場は健康センターです。発熱や発疹など、ふだんと違う症状のあ
るお子さんは、翌月の健診日にお越しください。
▷乳幼児健診の実施日には、先着順に番号札を配布します。
▷番号札配布開始時間／午前に開催の場合：午前8時30分～
午後開催の場合：正午～

健診名	対象	期日	受付時間	持ち物	その他
4か月児健康診査	令和元年5月生まれ	10月 3日(木)	13:00～13:10	母子健康手帳、バスタオル、替え用のオムツ	離乳食初期の講習会を同時に行います。
10か月児健康診査	平成30年11月生まれ	10月 2日(水)	13:00～13:10	母子健康手帳、替え用のオムツ	離乳食後期の講習会とブックスタートを同時に行います。
1歳6か月児健康診査	平成30年3月生まれ	10月24日(木)	13:00～13:20	母子健康手帳	歯科検診を行います。歯を磨いてからお越しください。
2歳児歯科検診	平成29年9月生まれ	10月 9日(水)	9:00～9:10	母子健康手帳、お子さんの仕上げみがき用歯ブラシ	幼児食講習会と歯科衛生士によるブラッシング指導を行います。歯を磨いてからお越しください。
3歳児健康診査	平成28年9月生まれ	10月29日(火)	13:00～13:20	母子健康手帳、目と耳のアンケート、生活習慣アンケート、採尿した容器	歯科検診を行います。歯を磨いてからお越しください。

